

相談名	実施日	時間	場所	申込	連絡先
消費生活相談／市民相談	毎週月～金曜日	9:00～12:00 13:00～16:00	市役所(本庁舎)	不要	上田市消費生活センター ☎75・2535
法律相談(1人年1回、20分/回)	9日(金)・30日(金)	13:00～16:00		事前に電話で	生活環境課 ☎22・4140
行政相談	13日(火)			不要	
土地境界問題・登記法律相談 不動産鑑定相談	8日(木)			事前に電話で	マンション管理士会 ☎050・7120・6411
マンション管理士によるなんでも相談	28日(水)	9:00～12:00	事前に電話で	丸子生活環境担当 ☎42・1216	
行政相談／登記・法律相談	21日(水)	9:00～12:00	丸子地域自治センター	不要	みんなの人権110番 ☎0570・003・110 長野地方事務局上田支局 ☎23・2001 人権男女共生課 ☎23・5393 丸子解放センター ☎42・6694 武石市民窓口担当 ☎85・2827
人権擁護委員による人権悩みごと相談	毎週月～金曜日	8:30～17:15	—	不要	丸子生活環境担当 ☎42・1216
	毎週月・水・金曜日	9:00～16:00	長野地方事務局上田支局		
	8日(木)	13:00～16:00	勤労者福祉センター2階 第2会議室		
	30日(金)	9:00～12:00	丸子ふれあいステーション		
	12日(月)		武石地域総合センター		
女性弁護士による法律相談	8日(木)・22日(木)	10:00～12:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で	市民プラザ・ゆう ☎27・2988 ☎27・3123 (人権男女共生課)
	毎週火曜日	11:00～18:00		2日前までに電話で	
	毎週木曜日	10:00～17:00			
	10日(土)・24日(土)				
認知機能検査・認知症予防相談	毎週水曜日	9:30～12:00	市役所(本庁舎)	事前に電話で	高齢者介護課 ☎23・5140 健康推進課 ☎23・8244
ひきこもり相談・こころの相談	相談のうえ決定		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	事前に電話で	少年育成センター ☎22・8080 (生涯学習・文化財課) 子育て・子育て支援課 ☎23・2000
青少年電話相談	毎週月～金曜日	9:00～16:00	—	—	教育相談所 ☎27・0241
ひとり親相談・家庭児童相談	毎週月～金曜日	9:00～16:00	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	不要	発達相談センター ☎24・7801
児童生徒の教育相談				8:30～17:15	
発達相談					
わが子の就職等相談会	毎週月曜日	10:00～17:00	若者サポートステーション・シナノ	事前に電話で	若者サポートステーション・シナノ ☎75・2383 (地域雇用推進課)
若者のための仕事何でも相談	毎週月・木曜日	9:00～12:00	地域雇用推進課(勤労者福祉センター)	事前に電話で	地域雇用推進課 ☎26・6023
求職・労働相談、無料職業紹介	毎週月～木曜日	9:00～12:00	社会福祉協議会(ふれあい福祉センター)	不要	まいさぼ上田(生活就労支援センター) ☎71・5552 (福祉課)
生活・就労相談	毎週月～金曜日	8:30～17:15	市役所(本庁舎)	不要	人権男女共生課 ☎75・2245
外国人住民のための総合相談	毎週月～金曜日	9:00～17:00	市役所(本庁舎)	不要	

※相談内容によっては、時間や申込などに条件がある場合がありますので、連絡先にお問い合わせください。また、体調のすぐれない場合は、ご来場をお控えください。ご来場の際はマスクの着用をお願いします。

消費生活センターだより② 気を付けて！子どもの夏の事故！

夏は海や川、山などアウトドアでのレジャーを楽しむ機会が増える季節です。「川や海で溺れる」「炎天下や車中での熱中症」「花火で火傷する」など起こりやすい事故にご注意ください。

■ご家庭での水遊びに要注意！
「溺れる」事故の多くは家庭内で起き、子どもは深さ30cmの水でも溺れます。
大人の方へのお願い
家だからと油断せず、お子さんから目を絶対に離さないで！

■花火での火傷・火事に要注意！
花火による手足や顔の火傷、目に当たり失明する事故、花火が枯草に燃え移ること、完全に花火の火が消えずに火事が発生することなどが想定されます。
大人の方へのお願い
途中で火が消えても、絶対に花火をのぞき込ませない！(バケツなどに入れた消火用の水を近くに用意しておきましょう)
子どもを事故から守る！事故防止ポータル(消費者庁)
子どもの事故防止に関する注意ポイントなどの情報を発信していますので、参考にしてください。

■夏場の車中にお子さんを置き去りにしないで！
炎天下の自動車内は60度を超えることもあります。「子どもがよく寝ているから」「短時間だから」という大人の認識の甘さが子どもの命を危険にさらします。
大人の方へのお願い
短時間でも、車を離れるときは必ずお子さんも一緒に！

☎ 上田市消費生活センター(☎75・2535) 消費者ホットライン(☎188)



文芸

短歌

入選

足腰の痛みに耐えて草を刈る 刈り払い機の馬力をあげて
母さんの写真に「ヤア」と呟けば「ハイ」と答えてくれそうな顔
お湯が出る。ただそれだけでホッとす。ふた月ぶりの新温水器

佳作

修復の依頼のありて「涅槃図」の裏打の和紙おののきつつ剥ぐ
働きの九十八歳のおばあさん骨太の手でわが手を握る
交番の庭に草ひくお巡りさん広き肩の辺桜まんかい
卒寿にと手乗り文鳥息子に貰い遊び語らい春のひねもす

選者評

「一首目」 足腰が痛くても梅雨時に伸びた雑草を作者は刈るので。愛用の草刈り機の力をかりて。力強い仕事歌です。

俳句

入選

登山口幾つもあれど峰一つ 松沢 昭一
勝ち力士汗だくのままだインタビュー 小宮山 哲夫
逆上がり出来て自慢す子供の日 青木 澄江

佳作

二胡の音の渡る空切る燕かな 友野 敦子
三度目のアニメ付き合う子供の日 君山 洋子
岸に寄り亡き夫乗せる花筏 竹内 啓子
夏雲や雀出入りす鬼瓦 竹内 啓子
廃屋を飲み込んでゆく夏の草 菅原 規吉
麦の秋風のうねりの広さかな 若林 保江
風もなく微かに動き薔薇崩る 中野 康子

選者評

「一首目」 登山道は、なだらかな道も険しい道もあり様々ですが、峰近くにいる人生を振り返つての達観した感慨が込められているように思えます。

選者吟

白樺に風の細やか遠郭公

川柳

入選

やや難聴これも結構都合いい 畔上 綾子
昼寝起き迷子のような脳回路 大森乃里子
雷鳴に焦る老いの歩まなならず 窪田 吉治

佳作

カッコウの鳴き声探す老いの初夏 宮島 峰子
「こめんね」が素直に言える孫をほめ 竹内 啓子
ランドセル子は色迷い親値札 有賀利枝子
人いらぬ口ポット田植えする時代 田中けさ子
人恋し誰とも話したくなる 横山 允彦
背番号もらえぬ子等の応援歌 金子 友晴
のら猫も家に入ればグルメ猫 西村 勇

選者評

「一首目」 都合の悪い話は、「聞けぬふりをする。」川柳らしい表現がおもしろい。でも、実のところ、人の話はずっと聞きたくて聞きたいことだと思います。

選者吟

はて誰だ互いマスクをずらし俺

11月号の投稿方法 9月16日(金)必着
●種類ごと別々のほかぎで裏面に住所、氏名(フリガナ)、短歌・俳句・川柳の別を記入のうえ、下記へ(未発表作に限る)。(住所、氏名は太字表記をお願いします)
●添削を希望する場合は、往復はがきに各自自分の宛先を記載し、投稿してください(短歌は2首まで。掲載作への返信は除きます)。
●ほかぎに記載された個人情報、作品の表彰および添削以外には使用せず、選者以外の第三者に提供することはごさいません。
●掲載作は、選者が添削して掲載する場合があります。
●宛先 〒386-8601 (住所不要) 交流文化スポーツ課宛
☎ 交流文化スポーツ課 ☎75・2005

「太陽と大地の聖地」上田市日本遺産だより

太陽と大地の聖地 信州上田 塩田平 JAPAN HERITAGE

上田市日本遺産構成文化財紹介 vol.14

千駄焚き・百八手

日本遺産 JAPAN HERITAGE

国内有数の雨の少ない地域である上田市では、かつて日照りの年に各地でさまざまな雨乞い行事を行っていました。その中に「千駄焚き」「百八手」と呼ばれるものがあります。山の上やため池の土手でたくさんの松明や藁の束に火をつけ、「雨降らせタンマイナ」などと唱えて雨を祈りました。灌漑設備の整備や稲作の面積減少などによって、平成6年以降は雨乞い行事としては行われていませんが、塩田地域では伝統行事として舌喰池などで百八手の再現を行っています。ため池の周りに長さ約2mの大松明が数本掲げられ、火を灯す光景は圧巻です。



舌喰池で行われる百八手の様子

●関連情報
9月23日(金)、舌喰池で百八手の再現イベントが行われます。詳細は、情報アラカルト16ページ「塩田平ため池まつり」をご覧ください。
☎ 上田市日本遺産推進協議会事務局(交流文化スポーツ課内) ☎75・2005